

Мама, папа, я - городошная семья

Первые шаги в обучении детей и взрослых игре в городки

Консультация для родителей

Самойлик Светлана Борисовна,
инструктор по физической культуре
МБДОУ д/с № 9

Ноябрь 2013 г.

Основной элемент техники – это бросок биты. Однако здесь недостаточно одной точности, необходим, кроме того, и точный расчет. Мало попасть битой в фигуру, нужно еще, чтобы она полностью развернулась у цели и соприкоснулась с наибольшим числом городков. Поэтому игре необходимо хорошо отработать бросок, чтобы бита всегда вращалась с одной скоростью и делала полный оборот вокруг своего центра тяжести, пролетев каждый раз одинаковое расстояние.

Результативность броска зависит от многих причин: степени владения избранным способом броска, захвата ручки, правильного выбора места, врожденной координации, настойчивости и упорства в овладении навыками игры.

Техника броска биты состоит из следующих элементов:

- хват или держание биты за ручку;
- исходное положение - стойка;
- замах - отведение биты;
- разгон биты;
- выброс или финальное усиление.

Хват

«Хватом» называют удержание биты кистью. Существует много его разновидностей. Различают глубокий хват – конец ручки биты выходит за пределы кисти; средний – граница мякоти кисти совпадает с концом ручки; мелкий – ручка заканчивается под мизинцем руки игрока.



ГОРОДКИ – старинная славянская игра. Её история насчитывает несколько веков. Упоминание о городках можно найти и в сказках, и в старинных легендах, и в документах, относящихся к истории Древней Руси. Эта игра вошла в нашу историю как часть национальной культуры.

Игра в городки развивает глазомер, сообразительность, точность движений, укрепляет мышцы рук и туловища.

Цель игры – бросками бит выбить из «города» (отсюда и название) поочередно определённое количество фигур, составленных из 5 городков – цилиндрических столбиков. Главная задача – затратить на выбивание 15 фигур как можно меньше бросков.

Размеры площадки («город») для взрослых – 2х2 м; расстояние от места бросков: дальнее («кон») – 13 м, ближнее («полукон») – 6,5 м; длина городков – 20 см, диаметр их – 4,5-5 см; длина биты – не более 1 м. Выбиваются фигуры с «кона», но, если из фигуры выбит хотя бы один городок, остальные выбиваются с «полукона». А вот «письмо» выбивается только с «кона». Городок считается выбитым, если он полностью вышел за линии квадрата или усов. Городки, выкатившиеся за переднюю (лицевую) линию квадрата или в пределы усов, считаются невыбитыми. «Марка» в «письме» считается выбитой, если ни она, ни бита не задела другие городки.

Бросок считается потерянным, если:

- бита коснулась штрафной линии или земли перед ней;
- игрок в момент броска наступил или заступил за линию кона (полукона);
- во время броска игрок заступил ногой за боковую планку;
- игрок затратил большее время (30 сек), на подготовку для броска.

Все городки в этих случаях ставятся на прежние места, повторять удар не разрешается.

Простая, незамысловатая техника игры в городки, доступный инвентарь дают возможность обучать этой игре детей дошкольного возраста.

Выброс

Весь разгон и выброс правая рука выпрямлена и всю работу выполняет от плеча как одно целое с битой. Заканчивается бросок выбросом биты.



Обучение технике проводится с жёстким соблюдением требований мер безопасности и предупреждения травматизма.

Зрители и обучаемые находятся сзади игроков на значительном удалении, но с доступным обзором.

Для дошкольников "город" имеет размеры 1,5х1,5 м. Обучение игре начинается с выбивания фигуры "заборчик". В ней городки выставляются вертикально на одной линии на расстоянии 10-15 см друг от друга

Эта фигура имеет большой объём, что облегчает её выбивание, повышает эмоциональную заинтересованность детей и стремление к совершенству.

Игрок располагается на линии полукона на расстоянии 3 м от города и принимает исходное положение (стойку).

При неблагоприятных погодных условиях, в зимнее, ненастное весеннее и осеннее время, обучение и совершенствование элементов техники игры в городки может проводиться в просторном помещении.

Стойка

Постановка ног. Правая стопа ставится впереди на расстоянии шага от левой. Вес тела равномерно распределяется на обе ноги, не наступая на линию.

Туловище занимает естественное положение по отношению к постановке ног и раскрепощено, насколько позволяет удержание биты в руках. Голова направлена лицом к фигуре и остаётся в таком положении или близко к нему в течение всего броска. Продольная ось биты направлена в сторону фигуры.



Замах

Замах начинается с переноса веса тела на толчковую ногу, правая нога при этом незначительно сгибается в коленном суставе. Плечи немного отводятся назад и поворачиваются по часовой стрелке, увлекая руки с битой через сторону назад. Левая рука лёгким толчком освобождается от биты в направлении её, и продолжает закручивать плечи с позвоночным столбом. Правая рука продолжает отводить биту назад, постепенно выпрямляясь в локтевом суставе.



Городки в семье

**Чем полезно и интересно
занять детей дома и на отдыхе**

Консультация для родителей

Самойлик Светлана Борисовна,
инструктор по физической
культуре МБДОУ д/с № 9

Декабрь 2013 г.



Что такое активный семейный отдых?

Что может быть лучше семейного отдыха как не занятие физическими упражнениями? И с чего же начать, если Вы решили вести здоровый образ жизни?

1. В первую очередь организуйте совместные занятия утренней гимнастикой, т.е. на зарядку становись!
2. В перерывах между статичными видами деятельности делайте физкультминутки в форме комплексов основной или силовой гимнастики, упражнений на гибкость, осанку и т.п.
3. Активно используйте детский возраст для закаливания в зависимости от их индивидуальных особенностей, так как в этот период формируется иммунитет.
4. Затем переходите к обучению первоначальным двигательным и спортивным навыкам: плаванию, гребле, передвижению на лыжах, коньках, спортивным играм (футболу, волейболу, баскетболу, настольному теннису, бадминтону, лапте, городкам и т.п.), настольным играм (шахматам, шашкам и т.п.).
5. Занимайтесь под руководством старших родственников элементами основной гимнастики, упражнениями атлетической гимнастики на домашних тренажерах и т.п.
6. Организуйте выходные дни на природе, посвященных физкультурно-спортивным мероприятиям (катание на коньках, на лыжах, на лодке; на велосипеде; купание и плавание в открытом водоеме; туристические походы; спортивные игры за городом между семьями в футбол, волейбол, хоккей, баскетбол, лапту, городки и т.п.);
7. Ходите в походы с родителями на соревнования в качестве болельщиков.
8. Не игнорируйте совместные просмотры по телевизору спортивных соревнований.
9. Обсуждайте семей итоги выступления сборных команд России на чемпионатах Европы, мира, Олимпийских играх.

Академик А.С. Белкин утверждает, что общение с родителями - "главная потребность ребенка". "С ребенком необходимо играть!" Если учесть, что физические упражнения по своему характеру сильно напоминают игру (кстати, на заре теории физического воспитания всякую физкультурно-спортивную активность называли игрой), призыв академика можно перефразировать как "с ребенком надо вместе заниматься физкультурой".

Участие родителей в закаливании, обучении физическим упражнениям своих детей, а также совместные с ними тренировочные занятия не только формируют у детей устойчивый интерес и влечение к занятиям физической культурой и спортом, но и совершенствуют их физическое развитие и физическую подготовку, способствуют расширению у родителей и детей общих интересов, укреплению внутрисемейных связей, установлению доброжелательных межличностных отношений, формированию добрых семейных традиций, улучшению нравственного климата в семье. Чехословацкие ученые установили, что семейная форма физического воспитания способствует как физическому развитию и укреплению здоровья детей, установлению добрых, доверительных отношений между родителями и детьми, так и улучшению отношений между самими родителями.

Пикники с физкультурно-спортивным уклоном - это не только способ реализации семейного физического воспитания и оздоровления детей, не только форма разумного, полезного и приятного досуга, это еще и экологическое воспитание, возможность общения с природой, познания своего края, знакомство с его растительным и животным миром, это дополнительная возможность развить эмоционально-эстетическую, познавательную, этическую, гуманистическую сферы личности ребенка.

Совместные походы на стадион, каток, трек, бассейн и другие спортивные сооружения в качестве болельщиков, а также просмотры спортивных соревнований по телевизору погружают ребенка в увлекательный мир спорта с его эстетикой человеческого тела в движении, эмоциональным накалом, азартом спортивной борьбы, способствуя тем самым вовлечению его в этот вид человеческой деятельности в качестве активного участника, а

присутствие родителей с их авторитетом усиливает данное воздействие. Все перечисленные выше сферы личности ребенка (эмоционально-эстетическая, познавательная, этическая, гуманистическая) также испытывают нагрузку. Результат же во многом зависит от окружающих взрослых, в первую очередь - от родителей. Речь идет об их поведении, форме, содержании комментариев и т.д.

Семейные просмотры спортивных передач по телевизору и их обсуждения могут способствовать закладыванию основ гражданского, патриотического, интернационального и поликультурного воспитания, особенно если приходится "болеть" за сборную команду России. Чувство сопричастности к успехам или поражениям своей страны, гордости за свой народ должно сочетаться с уважением к соперникам, представителям других рас, национальностей и культур. Корректные комментарии взрослых по следам выступлений наших спортсменов могут способствовать воспитанию истинного патриота своей страны, уважающего свой народ, но в то же время - человека планеты Земля, на которой люди должны жить в дружбе, добрососедстве, согласии, т.е. так, как это заложено в традициях большинства народов мира.

Участие родителей в физическом воспитании детей может выражаться в разных формах. Так, совместные игры взрослых с детьми в футбол, волейбол, баскетбол, настольный теннис и т.п., с одной стороны, безусловно повысят у детей престиж собственной деятельности, а с другой - поднимут авторитет родителей в глазах своих воспитанников. Но для этого сами родители должны по своей физической подготовленности и двигательным умениям и навыкам хотя бы минимально соответствовать уровню тех игр (соревнований), в которых они участвуют. Если этого нет, можно выступить в качестве судьи, что также является народной традицией.

В городки можно играть одному, «один на один» и команда на команду. В каждой команде должно быть не менее 5 игроков, также может иметься запасной игрок в команде. Когда первая команда закончит свои броски (каждый игрок по очереди может бросить только две биты), начинает выбивать свои фигуры вторая команда и так далее.

Бросок считается потерянным, если:

- бита коснулась штрафной линии или земли перед ней;
- игрок в момент броска наступил или заступил за линию кона (полукона);
- во время броска игрок заступил ногой за боковую планку;
- игрок затратил больше времени (30 сек), на подготовку для броска.

Все городки в этих случаях ставятся на прежние места, повторять удар не разрешается.

В каждой партии может разыгрываться от 5 до 15 фигур, фигуры ставятся последовательно одна за другой в установленном играющими порядке. В ходе игры по договорённости можно менять или уточнять условия и правила игры, упрощая или усложняя её.

Все фигуры, кроме 15-й, строятся на середине лицевой линии.

Игра существует более двух столетий.

Суть игры — бросками бит (палок) выбить из «города» (отсюда и название) поочередно определённое количество фигур, составленных из 5 городков — цилиндрических столбиков из берёзы, липы, бука. Главная задача — затратить на выбивание 15 фигур как можно меньше бросков. Кто по итогам трёх туров использовал меньше попыток, тот и победил.

Для игры выбирается ровная площадка на любом покрытии — на асфальте, на земле, на газоне — и делается разметка.

Размеры площадки («город») — 2×2 м; расстояние от места бросков: дальнее («кон») — 13 м, ближнее («полукон») — 6,5 м; длина городков — 20 см, диаметр их — 4,5—5 см; длина биты — не более 1 м. Выбиваются фигуры с «кона», но, если из фигуры выбит хотя бы один городок, остальные выбиваются с «полукона». А вот «письмо» выбивается только с «кона». Городок считается выбитым, если он полностью вышел за линии квадрата или усов. Городки, выкатившиеся за переднюю (лицевую) линию квадрата или в пределы усов, считаются не выбитыми. «Марка» в «письме» считается выбитой, если ни она, ни бита не задела другие городки.

МБДОУ д/с ОВ № 9



Городки — русская народная спортивная игра

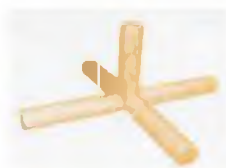




АРТИЛЛЕРИЯ



ВИЛКА



ЗВЕЗДА



КОЛЕНЧАТЫЙ ВАЛ



СЕРП



СТРЕЛА



КОЛОДЕЦ



ЗАКРЫТОЕ

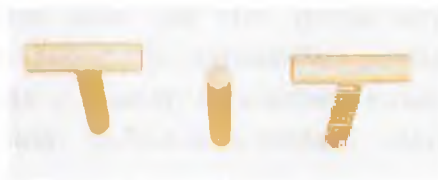
ПИСЬМО



ПУЛЕМЕТНОЕ ГНЕЗДО



ТИР



ЧАСОВЫЕ



ПУШКА



РАК



РАКЕТА



САМОЛЕТ

Отзыв
о семейных соревнованиях по городошному спорту

Тема мероприятия: «Играем в городки»
Возрастная группа: старшая
ФИО педагога: Самойлик Светлана Борисовна, МБДОУ д/с ОВ № 9
Дата проведения: 14 марта 2014 года

Городки - это вид популярной и увлекательной
для детей, трудностей не только физической нагрузки,
но и интеллектуальной. В ходе игры ребята участвуют в
семейных соревнованиях по городошному спорту. Мне
очень понравилось и интересно, и проведение такого
мероприятия. Спасибо Светлане Борисовне за творческий
подход. Желаю дальнейших успехов.

ФИО родителя, подпись
Самойлик Н.Т. *Свет*

Отзыв
о семейных соревнованиях по городошному спорту

Тема мероприятия: «Играем в городки»
Возрастная группа: старшая
ФИО педагога: Самойлик Светлана Борисовна, МБДОУ д/с ОВ № 9
Дата проведения: 14 марта 2014 года

Дети очень любят участвовать в соревнованиях,
все было интересно и для взрослых и для детей.
Мне же понравилось во всем и так же хорошо
поддержки семьи являлись. В итоге это были
подарком детям и взрослым. Хотелось бы еще
таких соревнований было бы очень интересно.
Спасибо всем кто организовал это мероприятие.

Найманова Екатерина Николаевна Найманова

ФИО родителя, подпись

Отзыв
о семейных соревнованиях по городошному спорту

Тема мероприятия: «Играем в городки»

Возрастная группа старшая

ФИО педагога Самойлик Светлана Борисовна, МБДОУ д/с ОВ № 9

Дата проведения 14 марта 2014 года

Спасибо организаторам за полученный заряд бодрости и хорошее настроение. Соревнования прошли на высоком эмоциональном уровне как со стороны родителей, так и со стороны детей и групп поддержки. С удовольствием приму участие в подобных мероприятиях в будущем.

Емельяков И. А

ФИО родителя, подпись



Приложение № 6
к опыту работы «Повышение двигательной
активности детей старшего дошкольного
возраста через обучающие игры в городки»

Консультация для родителей

Играем в городки



Инструктор по физической культуре МБДОУ д/с ОВ № 9
Самойлик Светлана Борисовна

В наши дни, не раз пробовали проверить свою меткость в метании битой по городкам космонавт - Георгий Гречко, президент России В.В. Путин.

В чем же притягательная сила городошного спорта? Игра проста по правилам, проходит на открытых площадках, летом и зимой на свежем воздухе. Эта игра увлекательная, атлетическая, требующая силы и ловкости, меткости и выдержки, хорошей координации движений. Городки заставляют забыть о прожитых годах, они в буквальном смысле слова «всем возрастам покорны». Популярность этой игры объясняется не только тем, что она является отличным средством оздоровления, но и ее доступностью для людей самого разного возраста.

ГОРОДОШНЫЕ ФИГУРЫ

Письмо

3. Все фигуры, кроме «Письма», ставят на середине лицевой линии, не выходя за пределы "города", в соответствии с требованиями «Регламента постановки фигур».

4. Угловые городки фигуры «Письмо» ставят по внешней линии «города», не выходя за его пределы, так, чтобы в углах образовывались равнобедренные треугольники. Городок, обозначающий марку, устанавливают в центре диагонали, идущей от заднего правого угла «города» до переднего левого (для играющих правой рукой) или в центре диагонали, идущей от заднего левого до переднего правого угла «города» (для играющих левой рукой).

5. Фигура «Сerp» для играющих левой рукой устанавливается в левой половине "города" в зеркальном отражении.

Наступило лето. Это время отдыха, купания на море и активных игр на свежем воздухе. В последнее время дети совсем мало бывают на воздухе, а выходные дни проводят у телевизора или играют в малоподвижные «сидячие» и компьютерные игры. Недостаточная двигательная активность детей в повседневной жизни неблагоприятно сказывается на состоянии их здоровья. Есть игры, которые не пользуются большой популярностью, но при этом остаются актуальными и интересными. Одна из этих игр — городки. В нее могут играть все, кто может держать биты в руках. Городки — семейная игра, в которую рекомендуется играть как взрослым, так и детям.

ИГРА ГОРОДКИ

Игра в городки заключается в выбивании фигур, построенных из пяти городков, с ограниченной площадки, называемой «городом», битами с определённого расстояния.

Городки — старинная славянская игра. Ее история насчитывает несколько веков. Упоминание о городках можно найти в документах, относящихся к истории Древней Руси. О популярности игры свидетельствует то, что в неё играли: Пётр I и генералиссимус А. Суворов. Любил игру в городки царь Николай II, о чем свидетельствуют дневниковые записи последнего Российского Императора. В городки играли многие выдающиеся деятели культуры и науки. Среди них — академик И.П. Павлов, певец Ф.И. Шаляпин, музыкальный критик и композитор В.В. Стасов, художник И.Е. Репин, писатели Л.Н. Толстой и А.М. Горький. Эта игра вошла в нашу историю как часть национальной культуры. Игра в городки была излюбленным физическим упражнением для многих выдающихся деятелей отечественной науки, культуры, писателей.

В городки можно играть одному, «один на один» и команда на команду. В каждой команде должно быть не менее 5 игроков, также может иметься запасной игрок в команде. Когда первая команда закончит свои броски (каждый игрок по очереди может бросить только две биты), начинает выбивать свои фигуры вторая команда и так далее.

Бросок считается потерянным, если:

- бита коснулась штрафной линии или земли перед ней;
- игрок в момент броска наступил или заступил за линию кона (полукона);
- во время броска игрок заступил ногой за боковую планку;
- игрок затратил большее время (30 сек), на подготовку для броска.

Все городки в этих случаях ставятся на прежние места, повторять удар не разрешается.

В каждой партии может разыгрываться от 5 до 15 фигур, фигуры ставятся последовательно одна за другой в установленном играющими порядке. В ходе игры по договорённости можно менять или уточнять условия и правила игры, упрощая или усложняя её.

Все фигуры, кроме 15-й, строятся на середине лицевой линии.

Игра существует более двух столетий.

Суть игры — бросками бит (палок) выбить из «города» (отсюда и название) поочередно определённое количество фигур, составленных из 5 городков — цилиндрических столбиков из берёзы, липы, бука. Главная задача — затратить на выбивание 15 фигур как можно меньше бросков. Кто по итогам трёх туров использовал меньше попыток, тот и победил.

Для игры выбирается ровная площадка на любом покрытии — на асфальте, на земле, на газоне — и делается разметка.

Размеры площадки («город») — 2х2 м; расстояние от места бросков: дальнее («кон») — 13 м, ближнее («полукон») — 6,5 м; длина городков — 20 см, диаметр их — 4,5—5 см; длина биты — не более 1 м. Выбиваются фигуры с «кона», но, если из фигуры выбит хотя бы один городок, остальные выбиваются с «полукона». А вот «письмо» выбивается только с «кона». Городок считается выбитым, если он полностью вышел за линии квадрата или усов. Городки, выкатившиеся за переднюю (лицевую) линию квадрата или в пределы усов, считаются не выбитыми. «Марка» в «письме» считается выбитой, если ни она, ни бита не задела другие городки.

МБДОУ д/с ОВ № 9



Городки — русская народная спортивная игра





АРТИЛЛЕРИЯ



ВИЛКА



ЗВЕЗДА



КОЛЕНЧАТЫЙ ВАЛ



СЕРП



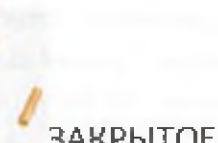
СТРЕЛА



КОЛОДЕЦ



ПИСЬМО



ЗАКРЫТОЕ



ПУЛЕМЕТНОЕ ГНЕЗДО



ТИП



ЧАСОВЫЕ



ПУШКА



РАК



РАКЕТА



САМОЛЕТ